КИБЕРБУЛЛИНГ - ТРАВЛЯ В СЕТИ ИНТЕРНЕТ.
Как защитить своего ребенка?

Кибербуллинг – это оскорбления, угрозы, клевета, шантаж и компромат, которые адресуются человеку через личные или общедоступные сообщения в мессенджерах, соцсетях, через электронную почту.

Недоброжелатель может выкладывать на обозрение общественности фото или видеоматериалы, которые содержат информацию очень личного характера, сокрушительную для репутации жертвы. Такие ситуации психологически очень болезненны для человека.

Дети и подростки могут замыкаться в себе и думать, что с этой проблемой справиться невозможно. В этом таится самая главная опасность, потому что выход есть всегда, а замалчивание в такой острой ситуации действительно может принести вред!

К сожалению, очень часто кибербуллинг не заметен для взрослых, а дети не торопятся просить помощи.

 КАК ПО КОСВЕННЫМ ПРИЗНАКАМ ОПРЕДЕЛИТЬ, ЧТО РЕБЕНОК СТАЛ ЖЕРТВОЙ КИБЕРБУЛЛИНГА?

Ребенок стал закрытым, уходит в мир фантазий и компьютерных игр, что обычно ему не свойственно.
Снижение настроения, ухудшение общего состояния здоровья, возможно появление различных болей.
Появляются проблемы с успеваемостью и посещаемостью школы. Это может быть связано с тем, что инициаторами кибербуллинга часто выступают одноклассники жертвы.
Пропадают личные вещи.
Травля в интернете может проходить одновременно с непосредственным буллингом, тогда возможно появление синяков, ссадин от драк и побоев.
В очень тяжелых случаях, когда травля постоянна и жестока, возможно развитие депрессии у ребенка, а также попытки суицида.

 КАК НЕ ДОПУСТИТЬ? ПРОФИЛАКТИКА КИБЕРБУЛЛИНГА:

Дружелюбие. Всегда напоминайте детям, что дружелюбие при общении с людьми в реальности и в сети Интернет – это самое важное. Под запретом резкие слова и оскорбительные выражения. Объясните, что читать грубости также неприятно, как и слышать.

Эффективное реагирование. Научите детей правильно реагировать на обидные слова или действия других пользователей (покинуть данный ресурс, удалить свой аккаунт или личную информацию, прекратить общение с агрессором).

Личная информация. Объясните детям, что нельзя выкладывать в открытый доступ свою личную информацию (адрес, номер телефона, личные фотографии). Расскажите на примере, как это информация может быть использована агрессорами.

Помогите ребенку найти выход из ситуации. Практически на всех Интернет-платформах есть возможность заблокировать обидчика, написать жалобу администратору или модератору, потребовать удаление страницы (аккаунта).

Поддерживайте доверительные отношения с ребенком. Важно, чтобы ребенок в случае угроз и агрессии обратился к вам за помощью и был уверен в том, что получит поддержку и участие, а не равнодушие или ворчание: «Меньше надо было сидеть за компьютером».

Спокойствие. Бурной реакцией можно еще больше напугать ребенка. Ваша главная задача – его эмоциональная поддержка. Дайте ребенку уверенность в том, что проблему можно преодолеть. Наказание и ограничение действий из-за того, что он вам показал и рассказал, нарушает доверие и провоцирует скрытность

Наблюдайте за настроением ребенка во время и после его общения с кем-либо в Интернете.

Убедитесь, что оскорбления из сети не перешли в реальную жизнь. Если поступающие угрозы являются достаточно серьезными, касаются жизни или здоровья ребенка, а также членов вашей семьи, то обращайтесь в правоохранительные органы, так как действия обидчиков могут попадать под действия законов административного или уголовного кодексов.

Сделайте скриншоты всех сообщений, в которых были угрозы, оскорбления, высмеивания. Это поможет вам при обращении в полицию и к представителю социальной сети, Интернет-платформы.

ВАЖНО! Дайте понять: что бы ни случилось, родители и близкие люди всегда будут на стороне ребенка. Именно к вам он может обратиться за поддержкой или советом.

 КАКИЕ ДЕТИ ЧАЩЕ ВСЕГО ПОДВЕРГАЮТСЯ ВИРТУАЛЬНОЙ ТРАВЛЕ?

Любой, без исключения ребенок, может стать жертвой кибербуллинга, но дети, обладающие данными качествами, подвергаются травле чаще всего:
Застенчивые, стеснительные,
неуверенные в себе,
тревожные,
не имеющие близких друзей, поддержки в коллективе.

ВАЖНО!

Нельзя без разрешения ребенка читать его переписки и социальные сети. Лезть в личную информацию без договоренности с ним – путь к конфликту.

При тотальном контроле и порицании ребенка за ЛИЧНУЮ переписку, которую вы считаете «неправильной», ребенок ответит тем, что создаст тайные аккаунты и будет вам лгать.

Если ваш ребенок только регистрируется в соцсетях или начинает играть в онлайн-игры, поговорите с ним. Расскажите о важности хранения личных данных, настройках приватности, о том, что нужно размещать в соцсетях, а что – нет. Так вам будет спокойнее, а ребенок станет чуть более ответственным в Интернете.

Если вы столкнулись с кибербуллингом, не стесняйтесь разбираться в ситуации, обращаться в школу, к правоохранительным органам. На сегодняшний день в российском законодательстве существуют уголовные наказания:
Реальная угроза убийством и причинение тяжкого вреда здоровью (ст. 119 УК РФ);
Оскорбление (ст. 130 УК РФ);
Клевета (ст. 128.1 и 298 УК РФ);
Доведение до самоубийства (ст. 110 УК РФ).

Публикация создана на основе материалов, предоставленных Воловой Татьяной Леонидовной, главным внештатным психиатром детским министерства здравоохранения Архангельской области, заведующей Центром детской и подростковой психиатрии ГБУЗ АО «АКПБ».

[Открыть](https://m.vk.com/wall-71993062_973)